

# ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰਖਤਰਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ: ਕੋਰੋਨਰੀਆਰਟਰੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ Coronary Artery Disease

## ਆਮ ਸਰੋਤ General Resources

### ਕੋਰੋਨਰੀ ਆਰਟਰੀ ਰੋਗ ਕੀ ਹੈ? What is coronary artery disease?

- ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਧਮਨੀਆਂ ਦਿਲ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਖੂਨ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਾਰਨ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਹੈ।
- This occurs when arteries are not able to supply adequate blood and nutrients to the heart
- Most common reason is cholesterol blockages

### ਸਟੈਂਟ ਜਾਂ ਬਾਈਪਾਸ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਾਰਟ ਅਟੈਕ ਪੈਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ। Risk of heart attack after stents or bypass surgery

- ਬਾਈਪਾਸ ਜਾਂ ਸਟੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਖ਼ਤਰਾ
- ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ
- Similar risk following bypass or stents
- Importance of continuing medicines to manage risk factors

## ਮੁਖ ਨੁਕਤੇ Summary/ Key Points

- ਕੋਰੋਨਰੀ ਆਰਟਰੀ ਬਿਮਾਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਿੱਚ ਕੋਲੇਸਟ੍ਰੋਲ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ/ਜਕੜਨ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਤੁਰਨ ਵੇਲੇ) ਦਿਲ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣ ਹਨ।
- ਦਿਲ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ
- Coronary artery disease is commonly due to cholesterol blockages to blood flow to heart
- Chest pain/tightness, shortness of breath (especially when walking) are common symptoms of heart blockages
- Medicines and procedures to treat heart blockages are important to reduce any symptoms



ਆਈਕੋਨ ਦੀ ਮੇਲਿੰਗ ਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ, ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਤ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਦੇ ਕੈਮਰੇ ਨਾਲ ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

**Please scan the QR code to join the iCON mailing list and receive upcoming event news and healthy living tips.**



 [www.iconproject.org](http://www.iconproject.org)

 [icon.support@ubc.ca](mailto:icon.support@ubc.ca)